

令和4年度

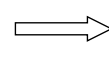
# 7月離乳食献立表



<調理方法について>

・子どもがおいしく食べやすく調理することを基本に考えたいと思います。

野菜類は大きく切って煮汁を十分に含ませます。



初期：柔らかく煮たものをすりつぶし、煮汁でのばす。  
 中期：柔らかく煮たものを粗くつぶし、煮汁でのばす。  
 柔らかく煮たものを手づかみができる大きさに与える。

※ 事情により一部献立が変更する場合があります。ご了承の程よろしく申し上げます。

また、離乳食の進み具合は個人差がありますので、そのお子様に合った形で進めさせていただきます。

※ 給食と同じ献立には★マークを付けています。

八尾市こども若者部こども施設運営課

	初 期		中 期		後 期	補 食 (後期)
1 (金)	つぶしそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	すり流し汁 豆腐 かたくり粉	煮込みそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	豆腐ステーキ 豆腐 油	中期に準じる	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
2 (土)	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	魚のホイル焼 白身魚 油	中期に準じる	
4 (月)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃがいも かたくり粉	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ごままぶし じゃがいも ごま	中期に準じる	牛乳寒天 牛乳 粉寒天
5 (火)	おかゆ バトバト煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	中期に準じる	さつま芋の甘煮 さつま芋
6 (水)	おかゆ すり流し汁 白身魚 かたくり粉	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる	チーズビスケット 小麦粉、棒チーズ バター、牛乳、油
7 (木)	つぶしそうめん そうめん じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	マッシュ さつま芋	煮込みそうめん そうめん じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	角煮 さつま芋	中期に準じる	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
8 (金)	おかゆ パースト煮 高野豆腐	バトバト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ きざみ煮 高野豆腐	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる	★にんじんとりんごのゼリー ゼリー にんじんジュース りんごジュース
9 (土)	魚がゆ おかゆ 白身魚	つぶし煮 こまつ菜 じゃが芋 たまねぎ にんじん	魚がゆ おかゆ 白身魚	サイコロ煮 こまつ菜 じゃが芋 たまねぎ にんじん	中期に準じる	
11 (月)	おかゆ バトバト煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	マッシュ かぼちゃ	おかゆ やわらか煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	角煮 かぼちゃ	中期に準じる	★手作りむしパン 小麦粉、バター 牛乳、レーズン
12 (火)	おかゆ すり流し汁 白身魚 かたくり粉	おろし煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のほぐし煮 白身魚	おろし煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	中期に準じる	フルーツパンケーキ 小麦粉、牛乳 りんご、油
13 (水)	つぶしうどん うどん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	豆腐ペースト 豆腐	煮込みうどん うどん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	煮奴 豆腐	中期に準じる	スティックポテト じゃが芋、油
14 (木)	おかゆ バトバト煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	中期に準じる	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
15 (金)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	中期に準じる	かぼちゃまんじゅう かぼちゃ かたくり粉

16 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	とろとろ煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のスープ煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	中期に準じる			
19 (火)	おかゆ	すり流し汁 豆腐 かたくり粉	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 豆腐ステーキ 豆腐 油	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる	スイートポテト さつま芋、牛乳	
20 (水)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる	上新粉クッキー 小麦粉、上新粉 レーズン、油
21 (木)	おかゆ	ベトベト煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ポテトスープ さつま芋 かたくり粉	おかゆ	やわらか煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	角煮 さつま芋	中期に準じる	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
22 (金)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	中期に準じる	おやき 小麦粉、じゃこ じゃがいも たまねぎ、油
23 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	豆腐のあんかけ 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	豆腐のあんかけ 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉	中期に準じる			
25 (月)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	マッシュ じゃが芋	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	角煮 じゃが芋	中期に準じる	手作りウインナー 豚ミンチ みそ
26 (火)	おかゆ	とろとろ煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	おかゆ	魚のスープ煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	中期に準じる	ふらスク ふ、バター
27 (水)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる	煮りんご りんご
28 (木)	おかゆ	ベトベト煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	中期に準じる	コロコロポテト じゃが芋、きな粉
29 (金)	つぶしそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	すり流し汁 白身魚 かたくり粉	煮込みそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	中期に準じる	かぼちゃプリン風 かぼちゃ 粉寒天		
30 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる			

